

## **Ik geloof dat jij het kan**

*Doel:*

De sporters leren elkaars kracht kennen en krijgen inzicht in hun eigen kwaliteiten.

*Nodig:*

Voor een groep van twintig sporters 10 blokjes post its + 10 pennen

*Opdracht:*

9-12 jaar: Schrijf vooraf eigenschappen op de post its, die ze aan elkaar kunnen uitdelen;

13-16 jaar: Laat de sporters zelf de eigenschappen verzinnen.

Verdeel de groep in tweeën. Tien sporters staan stil. Tien sporters lopen rond en schrijven op post it een kwaliteit van de sporter op een post it en plakken deze op zijn rug. Je kunt vooraf al wat voorbeelden geven. Bijvoorbeeld:

- Persoonlijkheid: vriendelijk, humor, teamspeler;
- Inzet: harde werker, samenspel, vrij staan;
- Sport: snel, tactisch slim, leider;

Zorg dat iedereen ongeveer een gelijk aantal briefjes op zijn rug heeft. Daarna wissel je.

*Nabespreking:*

Welke kwaliteiten hebben de sporters op hun rug. Kunnen ze naar elkaar motiveren waarom ze een bepaalde kwaliteit op iemand rug geplakt hebben. Zijn er kwaliteiten die en ander heeft die ze zelf ook zouden willen hebben? Wat zouden ze daarvoor kunnen doen?